7.048 Parkový perkelt

100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
parková klobása			7,00	6,65	8,00	7,60	9,00	8,55
olej			0,60	0,60	0,70	0,70	0,80	0,80
cibuľa			0,60	0,51	0,70	0,60	0,80	0,68
paprika červená mletá			0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08
rajčiakový pretlak			0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
soľ			0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
cesnak			0,05	0,04	0,05	0,04	0,08	0,07
rasca mletá			0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g			60		70		80	

Receptúra

Výrobný postup

Parkovú klobásu umyjeme, ošúpeme a nakrájame na kocky. Na oleji opražíme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme rajčiakový pretlak, opražíme, pridáme mletú červenú papriku a pokrájanú parkovú klobásu. Dochutíme soľou, očisteným, prelisovaným cesnakom, mletou rascou, podlejeme vodou a dusíme. Keď je klobása udusená, šťavu zahustíme na sucho opraženou múkou a 20 minút dovaríme.
Prílohy: podávame k rôznym prívarkom.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	871	217	10,5	7,95	0,2	6,4	0,3	11,51	2,1	0,06	0,01	0,02	1,7	0,0l
C	999	249	11,9	9,08	0,4	7,6	0,5	12,55	2,8	0,08	0,01	0,02	1,9	0,01
D	1135	284	14,3	10,2	0,4	8,9	0,7	14,70	3,2	0,11	0,01	0,03	2,2	0,01